
Hartes Training für den Weg nach oben

VON MARKUS CLEMENS, 13.10.05, 07:12h



Nach einem strapaziösen Anstieg von über sieben Stunden Dauer stand Margarete Wegener auf dem höchsten Punkt Europas.



Margarete Wegener

Margarete Wegener aus Niederaußem stand auf dem höchsten Punkt Europas.

Bergheim-Niederaußem - Wenn Margarete Wegener über die Bergwelt des Kaukasus spricht, beginnen ihre Augen zu leuchten. □ Ich war total überwältigt von der Weite und der Wildheit der Natur□, sagt die 49-Jährige begeistert. Zusammen mit vier männlichen Kollegen stand sie dort am 14. September dieses Jahres, genau um 11.20 Uhr, auf dem Westgipfel des Elbrus, mit 5642 Metern höchster Berg Europas. Der trägt diesen Titel übrigens zu Recht, wie das geologische Institut der Universität Köln bestätigte - auch wenn meistens der Montblanc in den Alpen als höchster Gipfel Europas bezeichnet wird. Doch der ist □ nur□ 4807 Meter hoch. Der Elbrus, so die Geologen, liege zwar hart an der Grenze zwischen Europa und Asien, aber eindeutig auf der europäischen Seite.

Seit nunmehr vier Jahren klettert die Mutter zweier Töchter nun schon auf solch hohe Berge. Im vergangenen Jahr erst war es der 5895 Meter hohe Kilimandscharo in Afrika, der von ihr und ihren Mitstreitern bestiegen wurde.

LEUTE AN

RHEIN UND ERFT

Ohne sportliche Betätigung kann sich die gelernte Organistin, Chorleiterin und Psychotherapeutin ihr Leben nicht mehr vorstellen. □ Seit acht Jahren laufe ich dreimal wöchentlich eine Stunde lang.□ Doch auch die fünf Läufe wöchentlich mehr als 10 Kilometer, die sie absolviert, wenn wieder ein Berganstieg bevorsteht, seien keine ausreichende Grundlage für eine solch immense Anstrengung. □ Das geht nur über eine langsame Höhenanpassung vor Ort.□

Dies wurde auch im Kaukasus so gehalten, den die Gruppe via Frankfurt, Moskau und Mineralny-Vody erreicht hat. □ Dort haben wir uns erst einmal in einem Hotel auf 2200 Metern Höhe einquartiert□, berichtet Wegener. Von dort aus haben die Bergsteiger dann täglich Touren unternommen, die sie in Höhen bis zu 4100 Metern führten. Geschlafen wurde anschließend wieder im Hotel. □ Es ist nämlich äußerst wichtig, dass man nachts tiefer schläft, als tagsüber geklettert wurde.□ Wer diese Regel nicht einhalte, werde mit Herzrasen und starken Kopfschmerzen, den typischen Symptomen der Höhenkrankheit, bestraft.

Nach wenigen Tagen in der Natur des Kaukasus wurde es ernst. □ Wir haben unser Basislager in einer 4100 Meter hoch gelegenen Hütte eingerichtet.□ Und der Luxus dort sei durchaus überschaubar gewesen. □ Kein Licht, kein Strom, kein Wasser□, zählt Wegener auf. Auf dem Gasofen wurde Schnee geschmolzen, um damit Tee aufzubrühen. In der vierten Nacht gegen vier Uhr in der Früh war es dann so weit. □ Kurz vor Sonnenaufgang sind wir endlich zum Gipfel aufgebrochen.□ Doch in dem großen Augenblick um 11.20 Uhr, als der Gipfel erreicht war - □ Wir standen auf dem Dach Europas□ -, kam kein Glücksgefühl in der Niederaußemerin auf. □ Man fühlt sich plötzlich

leer, weil das Ziel erreicht ist, auf das monatelang hingearbeitet worden ist.[] Erst als die Gruppe wieder im Lager war und den Erfolg mit zwei Flaschen Schampus feierte, [] fühlten wir Glück und ein wenig Stolz[] . Eine Frage allerdings hat sich Wegener durch die Gipfelerstürmung in Russland beantworten können. Denn schon lange wollte sie wissen, wie sich ein Klavierkonzert von Mozart in solchen Höhen anhört. [] Ich hab's auf meinem Discman gehört, es war einfach großartig.[]

Doch die zierliche sportliche Frau hat schon neue [] mentale Herausforderungen[] im Blick. Einige 6000 und 7000 Meter hohe Berge sind bereits anvisiert, [] der Pik Lenin in Kirgisien wäre bestimmt interessant[] . Derzeit arbeitet Margarete Wegener daran, ihre Mitstreiter für den Trip zu gewinnen, der dann im August des nächsten Jahres stattfinden könnte.

Es ist das Erleben von Grenzerfahrungen, durch das sie angetrieben wird und worauf sie nicht verzichten kann. Außerdem: [] Wo sonst könnte ich erfahren, wie weit ich Geist und Körper meinem Willen unterwerfen kann?[]

(KStA) Bericht im Kölner Stadt Anzeiger